

МЕНЮ

Школа

Гимназия 24

Отд./корп

День

24.10



| Прием пищи | Раздел      | № рец.   | Блюдо  | Выход, г                    | Цена         | Калорийность  | Белки        | Жиры        | Углеводы     |
|------------|-------------|----------|--|-----------------------------|--------------|---------------|--------------|-------------|--------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 295/2015 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с соусом сметанным с томатом   | 90/50                       | 29,50        | 241,7         | 14,1         | 18,4        | 15,7         |
|            | гор.блюдо   | 302/2015 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 180                         | 7,73         | 336,0         | 10,6         | 11,5        | 47,8         |
|            | гор.напиток | 377/2015 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ  | 200/15/7                    | 4,10         | 49,5          | 0,4          | 0,0         | 11,7         |
|            | хлеб        | ПР       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 50                          | 3,46         | 116,9         | 4,0          | 0,5         | 24,2         |
|            | хлеб        | ПР       | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 50                          | 3,95         | 129,0         | 4,3          | 1,7         | 21,3         |
|            | гастр.      | 14/2015  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)                    | 10                          | 10,22        | 66,0          | 0,1          | 7,2         | 0,1          |
|            | закуски     | 71/2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЦЫ)   | 60                          | 7,94         | 9,6           | 0,6          | 0,1         | 1,5          |
| Завтрак 2  | фрукты      | 338/2015 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                        | 150                         | 23,1         | 69,5          | 0,6          | 0,6         | 14,7         |
|            |             |          | <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>862</b>                  | <b>90,0</b>  | <b>1018,2</b> | <b>34,6</b>  | <b>39,9</b> | <b>136,9</b> |
| Обед       | закуска     | 71/2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)                                | 60                          | 8,95         | 14,0          | 0,7          | 0,1         | 2,2          |
|            | 1 блюдо     | 82/2015  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ                           | 250/10                      | 10,30        | 102,0         | 1,8          | 5,0         | 12,3         |
|            | 2 блюдо     | 274/2015 | ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с томатом      | 90/50                       | 28,60        | 224,0         | 11,6         | 13,5        | 13,8         |
|            | гарнир      | 310/2015 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%         | 180                         | 15,00        | 189,0         | 3,6          | 7,1         | 25,2         |
|            | сладкое     |          |  |                             |              |               |              |             |              |
|            | хлеб бел.   | ПР       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 50                          | 3,46         | 116,9         | 4,0          | 0,5         | 24,2         |
|            | хлеб черн.  | ПР       | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 50                          | 3,95         | 129,0         | 4,3          | 1,7         | 21,3         |
|            | гор.напиток | 388/2015 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА  | 200                         | 8,80         | 88,2          | 0,7          | 0,3         | 20,8         |
|            | фрукты      | 338/2015 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                        | 150                         | 10,94        | 69,5          | 0,6          | 0,6         | 14,7         |
|            |             |          |  | <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>1110</b>  | <b>90,0</b>   | <b>932,6</b> | <b>27,2</b> | <b>28,7</b>  |
|            |             |          | <b>Всего за день:</b>  | <b>1972</b>                 | <b>180,0</b> | <b>1950,8</b> | <b>61,8</b>  | <b>68,6</b> | <b>271,3</b> |

Экономист по ценам

Миргородская Л.А.

Зав.производством

